எது வேண்டும்?



சிவானந்தர்

இலவச வெளியீடு - 2

சிவானந்த நூல் பயில் குழு
அண்ணாநகர் கிளை, மதுரை 625 020.
1984

Regular Activities of Sivananda Tapovanam, Sivananda Nagar, Madurai - 6.

1) Sivananda Vidyalaya at Sivananda Nagar gives elementary education to all children in the surrounding villages and inculcates moral and ethical values in them.

2) Sivananda Study Circle meets every Sunday evening at Tirunagar Savitabai High School. between 4-15 and 5-45 p. m. Sivananda Study Circle, Annanagar Branch conducts its regular meetings every Tuesday from 6-30 p. m. to 8-30 p. m. at Sri Sarveswarar Temple, Annanagar.

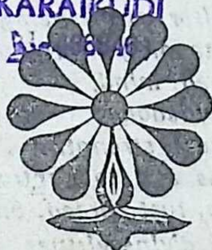
3) Special Satsangh and Bhajans with lectures on Gita by eminent Scholars on the 8th of every month from 7-00 p. m to 8-30 p. m at Tirunagar Sri Siddhi Vinayakar Temple.

4) Spiritual Retreat (Antar Yoga) on a Sunday from 10 a. m. to 4-30 p. m. once in 3 months with lectures by Mahatmas at Sivananda Tapovanam.

5) Publication of 'SAMAYA JYOTI'— An Anglo-Tamil magazine from 1970 onwards, propagating the high ideals of great saints and sages.

6) Conducting free medical camps on the last Sunday of every month at Sivananda Tapovanam. Doctors of

எது வேண்டும்?



ஸ்ரீ சுவாமி சிவானந்தர்

இலவச வெளியீடு :
சிவானந்த நூல் பயில் குழு
அண்ணாநகர் கிளை, மதுரை - 20.
1984

Gurudev Sivananda's Pre-Centenary
Free Publication
1887–1987

UNIVERSAL PRAYER

O Adorable Lord of mercy and love!
Salutations and prostrations unto Thee
Thou art Satchidananda (existence-knowledge-bliss)
Thou art Omnipresent, Omnipotent, Omniscient
Thou art the Indweller of all beings
Grant us an understanding heart,
Equal vision, balanced mind,
Faith, devotion and wisdom
Grant us inner spiritual strength,
To resist temptations and to control the mind
Free us from egoism, lust, greed, anger and hatred
Fill our hearts with divine virtues
Let us behold Thee in all these names and forms
Let us serve Thee in all these names and forms
Let us ever remember Thee
Let us ever sing Thy glories
Let Thy name be ever on our lips
Let us abide in Thee for ever and ever

—SWAMI SIVANANDA

சமர்ப்பணம்

சத்குருதேவர் ஸ்ரீசுவாமி சிவானந்தரின்
பாதகமலங்களில் இச்சிறு நூலை
அன்புக் காணிக்கையாகச் சமர்ப்பிக்கிறோம்.

இந்நூலை இலவசமாக அச்சிட்டு வழங்க உதவியோர் :
மல்லி நா. ம. சுப்பய்யர், தீன சம்ரட்சண தரும டிரஸ்ட்
மதுரை.

6-1



நூன்முகம்

இன்றைய மக்கள் சமுதாயத்தில் 'எது வேண்டும்?' என்ற பிரச்சினை எல்லா நிலைகளிலும் கேட்கப்பட்டு வருகிறது. சிலர் பணமே வேண்டும் என்ற கொள்கையில் வாழ்கின்றனர். சிலர் பதவி தான் வேண்டும் என்ற பாங்கில் அமைகின்றனர். மற்றும் சிலர் சிற்றின்ப ஈடுபாட்டைத் தவிர வேறெதுவும் வேண்டாம் என்ற எண்ணத்தில் இருக்கின்றனர். ஆனால் இவை அனைத்தும் இருந்தாலும் மன அமைதி இன்றி வாழ்வதால் என்ன பயன்? சந்தோஷமில்லாமல் இருந்து என்ன? எனவே தான் அனைத்துப் பெரியோர்களும் ஒரே குரலில் மன அமைதி தான் எல்லாவற்றுக்கும் மேலானது என்று தெரிவிக்கின்றனர் இறைவனை உணர்வது தான் மன அமைதியைப் பெறும் வழி எனவும் அவர்கள் தெரிவித்துள்ளனர்.

இந்நிலையில் எது வேண்டும் என்ற கேள்விக்கு ஒரே விடை இறைவனை உணர்வது தான். அதுவே வாழ்க்கையின் குறிக்கோளாக இருக்க வேண்டும் இறைவனை உணரப் பல்வேறு வழிமுறைகளைக் குருதேவர் சிவானந்தர் தெரிவித்துள்ளார். எந்த முறையைக் கடைப்பிடித்தாவது லக்ஷியத்தை அடையவேண்டும். இதுவே குருதேவரின் அறைகூவல். இந்தக் கருத்தைப் பின்வரும் பக்கங்களில் குருதேவரின் வார்த்தைகளிலேயே பார்ப்போம்.

சுவாமி விமலானந்தர்,
தலைவர், சிவானந்த தபோவனம்,
சிவானந்தநகர், மதுரை - 625 006

மதுரை,
11—11—84

SRI SWAMI SIVANANDA

Born on 8—9—1887. Served as a Doctor at Malaya. Renounced everything and settled at Rishikesh in 1924. Did rigorous penance for many years and emerged as a great yogi, a jeevan mukta. In 1932 he started the Sivanandashram. In 1936 was born the Divine Life Society. In 1948 the Yoga Vedanta Forest Academy was organised. In 1950 he undertook a lightning tour of India and Ceylon. In 1953 he convened a World Parliament of Religions. He is the author of 300 volumes on various subjects and has disciples all over the world, belonging to all nationalities, religions and creeds. To read his work is to drink the Fountain of Wisdom. Attaining Mahasamadhi in 1963, he ever lives in the hearts of all and guides them wonderfully towards perfection.

எது வேண்டும்?

[இன்றைய மக்கள் சமுதாயம் மகிழ்ச்சியுடன் வாழ "எது வேண்டும்?" என்ற கேள்விக்கு "மன அமைதி தான்" எல்லாவற்றுக்கும் மேலானது என்று மகான்கள் அனைவரும் ஒரே குரலில் பகருகின்றனர். இறைவனை உணர்வது ஒன்றே அந்த மன அமைதியைத் தரவல்லது என்பதை ஆன்மீகப் பெரியோர்கள் வலியுறுத்துகின்றனர்.

இறைவனை உணர்ந்து மகிழ்வுற பல்வேறு வழிமுறைகளைக் குருதேவர் சிவானந்தர் தெரிவித்துள்ளார். எந்த முறையைக் கடைப்பிடித்து அந்த உன்னத லக்ஷ்யத்தை அடையலாம் என்பதை இந்தக் கட்டுரையில் அவர் விளக்குகிறார். அவர் காட்டி வரும் வழி முறைகளைக் கடைப்பிடித்து அந்த ஆனந்தத்தேனை நாமும் பருகி அனுபவிப்போமாக.]

இறைவனை உணர வகைசெய்யும் எந்த ஒரு ஆன்மீகப் பயிற்சியும் சாதனையாகும். சாதனையின்றி இந்த இலட்சியத்தை எவராலும் அடைய முடியாது. அப்பியாசம், சாதனை என்ற இரண்டு வார்த்தைகளும் ஒரு கருத்தையே குறிக்கின்றன. அவரவர் தகுதி, விருப்பம் முதலியவற்றிற்கேற்ற வாறு இந்த சாதனை முறையும் மாறுபடுகிறது. உங்களது சம்ஸ்காரங்களுக்கும், சுவபாவங்களுக்கும் ஏற்ற முறையில் உங்களுக்கான சாதனையை நீங்கள் அமைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

கர்மயோகத்தில் ஈடுபடுபவர்கள் துயரப்படும் சமூகத்திற்கும், மனித குலத்திற்கும் பலவகைகளில் பற்றற்ற, தன்னலமற்ற பணிபுரிய வேண்டும். கர்மங்களின் பலனை ஈசுவரார்ப்பணமாக நீங்கள் அர்ப்பணித்துவிடவேண்டும். இறைவன் கையில் செயல்படும் வெறும் கருவிகள் நீங்கள். 'நான் செய்கிறேன்' என்ற கர்த்ருத்வபாவனை உங்களிடம் இருத்தல் கூடாது. புலனடக்கமின்மை தன்னலம் ஆகியவற்றிலிருந்து நீங்கள் விடுபட்டிருக்க வேண்டும். மனித குலத்

தொண்டிற்காகவே உங்கள் வாழ்வை நீங்கள் அர்ப்பணித்து விடவேண்டும் இவ்வுலகமே இறைவனது தோற்றம்தான் என்ற எண்ணம் உங்களிடம் உறுதிப்பட வேண்டும். சமுதாயத்திற்கு இத்தகையதொரு மனப்பான்மையுடன் நீங்கள் தொண்டு புரிந்தால் உங்களது இதயங்கள் விரைவில் தூய்மையடையும். சித்தசுத்தியின் மூலம் ஆத்மஞானம் உங்களிடம் மலரும். கர்மயோகிகளுக்கான சாதனை இதுவேயாகும். ஆன்மீகப் பாதையின் ஆரம்ப நிலையில் உள்ள சாதகர்கள் அனைவருக்கும் இது தேவையானதாகும்.

நீங்கள் பக்தி யோகத்தைக் கடைப்பிடிப்பீர்களேயாகில் ஜபம் செய்யவேண்டும். பாகவதம், ராமாயணம் போன்ற மறை நூல்களை நீங்கள் வாசிக்க வேண்டும். நவவித பக்தியை நீங்கள் பின்பற்ற வேண்டும். விரதங்களை அனுஷ்டிக்க வேண்டும். பிரார்த்தனை செய்யவேண்டும். இறைவன் எல்லாவற்றிலும் இருக்கிறார் என்பதால் அனைத்து மக்களுக்கும் நீங்கள் தொண்டு செய்யவேண்டும்

அஷ்டாங்க யோகத்தில் அடங்கியுள்ள எட்டுப்படிகள் மூலம் ராஜயோகி ஒருவன் யோக ஏணியில் ஏறி மேல் நிலையை அடையவேண்டும். யமநியமப் பயிற்சியின் மூலம் உங்களை நீங்கள் தூய்மைப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும் உடலையும் மனத்தையும் உறுதிப்படுத்துவதற்கும் நாடிகளைச் சுத்தப்படுத்துவதற்கும் ஆசனம், ப்ராணயாமத்தை நீங்கள் பயிலவேண்டும். பிறகு பிரத்யாகாரம், தாரணை, தியானம் மூலம் நீங்கள் சமாதி நிலையை அடைவீர்கள்.

வேதாந்தம் அல்லது ஞானயோகத்தை அனுஷ்டிக்க விரும்புகிறவர்கள் முதற்கண் விவேகம், வைராக்கியம், ஷட்சம்பத்தி, முமுக்ஷுத்வம் முதலான நால்வகை சாதனங்களைப் பெறவேண்டும். பிறகு அவர்கள் பிரம்ம நிஷ்ட குரு ஒருவரை அணுகி, அவரிடமிருந்து உண்மைத் தத்துவத்தைப் பற்றிய உபதேசத்தைப் பெறவேண்டும். இந்த முறையில் அமையும் கேட்டல், சிந்தித்தல். தியானத்தின் மூலம் அவர்கள் ஆத்ம சாக்ஷாத்காரத்தை அடைவர்.

ஞானி இறுதியில் இன்பத்தில் லயிக்கிறன். இரண்டற்ற ஒன்று என்பது ஆத்மாதான் உள்ள ஒரே உண்மைப் பொருளும் அது தான். நான் பிரம்மம். அஹம் பிரம்மாஸ்மி சிவோஹம். ஸர்வம் கல்விதம் பிரம்மம். ஆத்மனில் அனைத்தையும், அனைத்தினில் ஆத்மனையும் விடுதலை அடைந்த ஜீவன்முக்தன் ஒருவன் காண்கிறன்.

உலகிற்குத் தொண்டு செய்யுங்கள் இறைவனது புகழை, வேதாந்தக் கொள்கைகளை, தெய்வ நெறியைப் பரப்புவதற்காக எந்த வாய்ப்புக் கிட்டினாலும் அஃதனைத்தையும் பயன் படுத்திக் கொள்ளுங்கள். அதே வேளையில் வேதாந்த வாழ்வில் திளைத்து நிற்கவும் நீங்கள் முயலவேண்டும். எதைச் செய்தாலும் சேவா பாவனையுடன் செய்கிறேம் என்ற எண்ணத்துடன். அனைத்திலும் இயங்கும் இறைவனைப் போற்றுகின்றேம் என்ற கருத்துடன் ஒவ்வொரு வினாடியும் நீங்கள் செயலாற்றவேண்டும் இந்த ஒரு எண்ணம் உங்களிடம் இருக்குமேயானால் அற்புதங்கள் பலவற்றை நீங்கள் புரிவீர்கள். அத்துடன் ஆன்மிக முன்னேற்றமும் எளிதில் கைகூடும்.

யோகம் என்பது அன்றட வாழ்விலிருந்து முற்றிலும் முரண்பட்ட ஒன்றல்ல. மாறக, யோகமும் தினசரி வாழ்வும் பிரிக்க முடியாதவையாக ஆக்கப்படல் வேண்டும். இடையருது இறைவனை எண்ணி நிற்பதே குறிக்கோளாகும். இறைவனை அடிக்கடி நினைந்து நிற்றல் மூலம் அந்த இலட்சியத்தை நீங்கள் அடையலாம். வேலையின் பொழுதும் ஒவ்வொரு மணி நேர இடைவேளையின் போதும் சில வினாடிகள் இறைவனை, எங்கும் நிறைந்த பரம்பொருளை நினைப்பதே அந்தப் பயிற்சியாகும். அளவற்ற அமைதியையும், சக்தியையும் நீங்கள் அடைவீர்கள். சில வினாடிகள் தியானம் செய்வதனாலேயே அந்த அமைதி, ஆற்றலை நீங்கள் பெறலாம்.

புறவுலகப் பொருள்களிலிருந்து புலன்களையும், மனத்தையும் பிரித்து அவற்றை உள்முகமாக்கி, ஆத்மனை

நோக்கிச் செலுத்துவதற்கான பயிற்சியை நீங்கள் கற்றுக் கொள்வீர்களேயாகில் எல்லையில்லா இன்பமடைவீர்கள்.

தன்னலமும், ஆணவமும் இன்றிச் செயல்படுவதுதான் இலட்சியம். அதற்கு முதலில் உங்களது அன்றாட அலுவல்களை ஆராய்ந்து பார்த்து, அவற்றில் எவ்வளவு தூரம் தன்னலமும் ஆணவமும் கலந்திருந்தன என்று நீங்கள் கண்டு பிடிக்க வேண்டும் பிறகு முன்னேற்றத்திற்கான வழிகளுக்குத் தேவையான விதத்தில் நீங்கள் செயல் முறையை அமைத்துக் கொள்ளலாம்.

அரும்பெரும் செயல்கள் உள்ளே குடிகொண்டிருக்கும் அந்தராத்மனாகிய கடவுளிடமிருந்துதான் புறப்படுகின்றனவேயொழிய மனத்திலிருந்தோ, புத்தியிலிருந்தோ அல்ல. சீரிய எண்ணங்கள் உருவாவது உள்ளுணர்வாலேயே தவிர அற்ப மனத்தினால் அல்ல. சமூகத்தை மாற்றியமைப்பதற்கான சக்தி தன்னுடையவும் பிறருடையவும் தலைவிதியைத் திருத்தி அமைக்கும் திறன் ஆகியவையெல்லாம் அனைத்துச் சக்திக்கும் ஆதாரமாகிய ஆண்டவனிடமிருந்து வருகிறதேயொழிய புலன்களிடமிருந்து அல்ல. அந்த அடிப்படைத் தத்துவத்துடன் தொடர்பு கொள்வதற்கான முயற்சியை நீங்கள் இடைவிடாது மேற்கொள்ள வேண்டும். பின் உங்கள் மூலம் அது பாய்ந்து பெருகும். உங்களது நிஜ சொரூபம் அந்த சக்தியினால், அந்த அறிவினால் தான் ஆக்கப்பட்டிருக்கின்றது. இந்த தெய்வீக சக்தியை வேறு எந்தப் பூவுலக சக்தி தான் நெருங்க இயலும்? இந்த தெய்வீகப் பேரறிவுடன் வேறு எந்த உலக அறிவைத்தான் ஒப்பிடமுடியும்? தன்னையுணர்வதன் மூலம் அந்த சக்தியையும் அறிவையும் பெற்று, எப்பொழுதோ அல்ல, இப்பொழுதே, இந்த வினாடியே சுதந்திர புருஷர்களாக ஆகுங்கள்.

———

கீதையில் கர்மயோகம்

ஒரு பேராசிரியர் பூங்காவொன்றில் ஒரு நாள் மாலை, படுத்துச் சிந்தனையில் ஆழ்ந்திருந்தார். பூங்கா காவல்காரர் கதவுகளை மூடும்பொழுது அவர்எழுந்திருக்காததால் அவரைத் தட்டி, ''நீ யார்? எங்கிருந்து வந்தாய்? இங்கே உனக்கு என்ன வேலை'' என்று சொல்லி எழுப்பினான். பேராசிரியர் துள்ளி எழுந்து ''அப்பா, நீ கேட்கும் கேள்விகளையேதான் நான் என்னைக் கேட்டுக் கொண்டு வெகு நேரம் விடை தெரியாமல் தவிக்கிறேன். உனக்குத் தெரிந்தால் இக்கேள்விகளுக்கு தயவு செய்து பதில் சொல்லு'' என்றாராம். இந்தக் கேள்விகள் புத்தியுள்ள ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் மனத்தினுள் கட்டாயம் எழும்.

இவைகளுக்கு ஸ்ரீகிருஷ்ணபகவான் அர்ஜுனனுக்கு உபதேசித்த கீதையில் அழகாக விடை அளித்திருக்கிறார். ''நீயும், நானும் எங்கிருந்தோ, எப்போதோ இந்த உலகத்திற்கு வந்தவர்களில்லை. எதனால் இந்த உலகம், ஏன் இந்த பிரபஞ்சமே, வியாபிக்கப்பட்டிருக்கிறதோ, எதனால் இப்பிரபஞ்சம் நடைபெறுகிறதோ, அந்த அழியாத பொருளின் ஒரு திவிலை தான் உன் உள்ளுக்குள் உறையும் ஆத்மா. உண்மையில் அது தான். நீ'' ஆதியில்லாதது, அந்தமில்லாதது, எங்கும் நிறைந்தது, அளவிட முடியாதது. இதை ஆயுதங்கள் வெட்டா, நெருப்பு எரிக்காது, நீர் நனைக்காது, காற்று உலர்த்தாது; புலன்களுக்கும் மனதிற்கும் எட்டாதது. இது எத்தகைய துன்பத்திற்கும் அப்பாற்பட்டது. ஆகையால் இதைப்பற்றி நீ கவலைப்பட வேண்டிய தேவையில்லை.

'இங்கே உனக்கு என்ன வேலை? என்ற கேள்விக்கு விடை அளிக்குமுன், எதற்காக வேலை செய்ய வேண்டும் என்ற கேள்வி எழுகிறது. இதற்கு பகவான் சொல்லுகிறார்: ''உலகில் யாராலும் ஒரு நிமிஷம் கூட வேலை செய்யாமல் இருக்க முடியாது. ஒவ்வொருவனையும் இயற்கை, தன்னுடைய சக்தியினால் வேலையில் ஏவுகிறது. தொழில் செய்யாவிடில் மனிதன் வாழ்வது கூட முடியாமல் போய்விடும்''. ஒரு சோம்பேறியால் கூட நாள் முழுதும் தூங்க முடியாது. ஆகையால் நாம் நம்முடைய சூழ்நிலைக்கும், நம் இயல்புக்கும் தகுந்தபடி தொழில் செய்ய வேண்டும் என்றாகிறது.

ஈசுவரனுக்காக நாம் நம்முடைய சக்திக்குத் தகுந்தபடி சேவை செய்வது நமது தலையாய கடமையாகிறது.

இந்த மாதிரி தொண்டு செய்வதில் தனக்கு என்ன லாபம் கிடைக்கும், அந்த லாபத்தைக் கொண்டு இன்னும் அதிக லாபம் எப்படி ஈட்டலாம் என்று நினைத்து ஒருவன் வேலை செய்ய முற்பட்டால் அது தொண்டே இல்லை. நிச்சயமாக அது சமூகத்திற்குப் பயன்படாது. தனக்கு முதலில் பயன்கொடுப்பதைப்போல் தோன்றினாலும் அதனால் ஆத்மீக சுகம் ஏற்படவே ஏற்படாது.

பகவான் கீதையில் ''நீ யோகம் செய், யோகம் தான் நன்மை பயக்கும்'' என்று சொல்லுகிறபோது யோகம் என்றால் என்ன என்றும் முதலில் சுருக்கமாக சொல்லியிருக்கிறார். யோகம் என்றால் ''ஸமத்வம்'', அதாவது செய்ய வேண்டிய காரியத்தை செய்யும்பொழுது, அதன் பலாபலன்களில் மனதை வைக்காமல் ''இது செய்ய வேண்டிய கார்யம்'' என்ற ஒரே எண்ணத்துடன், உன்னுடைய புத்தியை உபயோகப்படுத்தி, திறமையாகச் செய்வது தான் கர்ம

யோகம். பலன்களை ஈசுவரனுக்கு அர்ப்பித்துக் காரியங்களை செய்வது இதை விட மேல் என்றும் பகவான் சொல்கிறார். இப்படி செய்வதினால் இந்த கார்யத்தினால் சாதாரணமாக ஏற்படும் பாவ புண்யங்கள் ஒருவனைக் கட்டுப்படுத்தாது ஒரு குழந்தை, விளையாடுகிற தொழிலை செய்து, அதனாலேயே இன்பம் பெறுகிறது. உடற் பயிற்சியின் பயன் தானாகவே அதற்குக் கிடைக்கிறது ஆனால் அந்தப் பயனுக்காகவா குழந்தை விளையாடுகிறது? அதே போல் செய்ய வேண்டிய கடமையை, முழுமனதோடு ஈசுவரனுக்கு அர்ப்பணமாக தன் சுய நலத்தைப்பற்றிச் சிந்தனையில்லாமல் செய்தால் ஒருவன் இம்மையிலும் நன்மை பெறுவான், மறுமையிலும் பேறு பெறுவான் என்று பகவான் சொல்கிறார்.

கீதையில் பக்தி யோகத்தையும் ஞான யோகத்தைப் பற்றியும் சொல்லும்போது கூட பகவான், பற்றற்று தொழில் செய்வது பக்தனுக்கும் ஞானிக்கும் கூட அவசியம் என்று பல இடங்களில் சொல்லுகிறார். கர்மம், பக்தி, ஞானம் என்ற மூன்றையும் தனித்தனியாக பிரிக்க முடியாது. ஏனென்றால் மூன்றும் வேறல்ல. கர்மம் என்பது ஆற்றலைக் கொடுக்கிறது. பக்தி அன்பை அளிக்கிறது, ஞானம் அறிவை ஊட்டுகிறது. ஆற்றலோடு கடமையை செய்தால் சித்தம் சுத்தியடைந்து தானாகவே பக்தியும், ஞானமும் ஏற்படுகின்றன. இதனால் தான் பகவான் சொல்கிறார், கர்மத்தினாலேயே ஜனகன் முதலிய பெரியோர்கள் ஜன்ம சாபல்யம் அடைந்திருக்கிறார்கள், என்று.

— P. ராமமூர்த்தி



சிவானந்தாசிரம பிரார்த்தனுவளி!

ஓம்! .... ஓம்! ... ... ஓம்! ......

ஜய கணேச ஜய கணேச ஜய கணேச பாஹிமாம்,
ஸ்ரீ கணேச ஸ்ரீ கணேச ஸ்ரீ கணேச ரக்ஷமாம்.
சரவணபவ சரவணபவ சரவணபவ பாஹிமாம்,
சுப்ரம்மண்ய சுப்ரம்மண்ய சுப்ரம்மண்ய ரக்ஷமாம்,
வேல்முருகா வேல்முருகா வேல்முருகா பாஹிமாம்,
வேலாயுதா வேலாயுதா வேலாயுதா ரக்ஷமாம்.

ஜய சரஸ்வதி ஜய சரஸ்வதி ஜயசரஸ்வதி பாஹிமாம்.
ஸ்ரீ சரஸ்வதி ஸ்ரீ சரஸ்வதி ஸ்ரீ சரஸ்வதி ரக்ஷமாம்.
மஹாலக்ஷ்மி மோக்ஷலக்ஷ்மி நித்யலக்ஷ்மி பாஹிமாம்,
ஜயலக்ஷ்மி ஜகலக்ஷ்மி ஞானலக்ஷ்மி ரக்ஷமாம்.
ஓம் சக்தி ஓம் சக்தி ஓம சக்தி ஓம்,
ஆதிசக்தி மகாசக்தி பராசக்தி ஓம்.
ராஜராஜேசுவரி ராஜராஜேசுவரி ராஜராஜேசுவரி பாஹிமாம்
திரிபுரசுந்தரி திரிபுரசுந்தரி திரிபுரசுந்தரி ரக்ஷமாம்.
ஜய குரு சிவ குரு ஹரி குரு ராம்,
ஜகத் குரு பரம் குரு சத் குரு ச்யாம்,
ஆதி குரு அத்வைத குரு ஆனந்த குரு ஓம்,
சித்குரு சித்கனகுரு சின்மயகுரு ஓம்,
நமச்சிவாய நமச்சிவாய நமச்சிவாய ஓம்,
நமச்சிவாய நமச்சிவாய நமச்சிவாய ஓம்.
ஆஞ்சனேய ஆஞ்சனேய ஆஞ்சனேய பாஹிமாம்,
ஹனுமந்த ஹனுமந்த ஹனுமந்த ரக்ஷமாம்.
தத்தாத்ரேய தத்தாத்ரேய தத்தாத்ரேய பாஹிமாம்,
தத்தகுரு தத்தகுரு தத்தகுரு ரக்ஷமாம்.

கௌரஹரி கௌரஹரி கௌரஹரி பாஹிமாம்,
கௌராங்கஹரி கௌராங்கஹரி கௌராங்கஹரி ரக்ஷமாம்.
கங்காராணி கங்காராணி கங்காராணி பாஹிமாம்,
பாகிரதி பாகிரதி பாகிரதி ரக்ஷமாம்
ஸ்ரீ ராம ராம ராமேதி ரமே ராமே மனோரமே
ஸஹஸ்ர நாம தத்துல்யம் ஸ்ரீ ராம நாம வரானனே.
(இம்மந்திரம் 1000 ''ராம நாம''
மந்திரத்திற்கு ஈடாகும்—சிவானந்தா)

பொன்னம்பலம் திருச்சிற்றம்பலம் அருணாசலம்
மஹாதேவ மஹாலிங்க மத்யார்ஜுனேசா
(இம்மந்திரம் 2000 "ஓம் நமச்சிவாய"
மந்திரத்திற்கு ஈடாகும்—சிவானந்தா)

ஓம் குருநாதா ஜய குருநாதா
ஜய குருநாதா ஜய சிவானந்தா
சத்குரோ பாஹிமாம் பரமதயாளு ரக்ஷமாம்,
சத்குரோ பாஹிமாம் பரமக்ருபாலு ரக்ஷமாம்.
சிவானந்த சிவானந்த சிவானந்த பாஹிமாம்.
சிவானந்த சிவானந்த சிவானந்த ரக்ஷமாம்,
ஓம் தத் சத், ஓம் தத் சத், ஓம் தத் சத் ஓம்.
ஓம் சாந்தி ஓம் சாந்தி ஓம் சாந்தி ஓம்.
ஓம்... ...

ஸ்ரீமத் பகவத்கீதை பாராயணம்

தியான சுலோகங்கள்

ஓம் பார்த்தாய ப்ரதிபோதிதாம் பகவதா
நாராயணேன ஸ்வயம்
வ்யாஸேன க்ரதிதாம் புராணமுனிணா
மத்யே மஹாபாரதம்

அத்வைதாம்ருத-வர்ஷிணீம் பகவதீ-
மஷ்டாதசாத்யாயினீ-
மம்ப த்வாவனுஸந்ததாமி பகவத்-
கீதே பவத்வேஷிணீம் 1

நமோऽஸ்து தே வ்யாஸ விசாலபுத்தே
புல்லார விந்தாயதபத்ர நேத்ர
யேன த்வயா பாரததைல பூர்ண:
ப்ரஜ்வாலிதோ ஜ்ஞானமய ப்ரதீப: 2

ப்ரபன்ன பாரிஜாதாய
தோத்ரவேத்ரைக பாணயே
ஜ்ஞானமுத்ராய க்ருஷ்ணாய
கீதாம்ருததுஹே நம: 3

ஸர்வோபநிஷதோ காவோ
தோக்தா கோபால நந்தன:
பார்த்தோ வத்ஸ: ஸுதீர்போக்தா
துக்தம் கீதாம்ருதம் மஹத் 4

வஸுதேவஸுதம் தேவம்
கம்ஸசாணூரமர்த்தனம்
தேவகீ-பரமானந்தம்
க்ருஷ்ணம் வந்தே ஜகத் குரும் 5

பீஷ்மத்ரோணதடா ஜயத்ரத ஜலா
காந்தார-நீலோத்பலா
சல்ய-க்ராஹவதீ க்ருபேண வஹனீ
கர்ணேன வேலாகுலா!
அச்வத்தாம விகர்ண கோர மகரா
துர்யோதனாவர்த்தினீ
ஸோத்தீர்ணா கலு பாண்டவை ரணநதீ
கைவர்த்தக: கேசவ: 6

பாராசர்யவச: ஸரோஜ-மமலம்
    கீதார்த்த கந்தோத்கடம்
நானாக்யானக கேஸரம் ஹரிகதா
    ஸம்போதனாபோதிதம்
லோகே ஸஜ்ஜன ஷட்பதை ரஹரஹ:
    பேபீயமானம் முதா
பூயாத்பாரத பங்கஜம் கலிமல
    ப்ரத்வம்ஸிந: ச்ரேயஸே 7

மூகம் கரோதி வாசாலம்
    பங்கும் லங்கயதே கிரிம்
யத் க்ருபா தமஹம் வந்தே
    பரமானந்த-மாதவம் 8

யம் ப்ரஹ்மா வருணேந்த்ர ருத்ர மருத:
    ஸ்துன்வந்தி திவ்யை: ஸ்தவைர்-
வேதைஸ்ஸாங்க பதக்ரமோபநிஷதைர்
    காயந்தி யம் ஸாமகா:
த்யானாவஸ்தித தத் கதேன மனஸா
    பச்யந்தி யம் யோகினோ
யஸ்யாந்தம் ந விது: ஸுராஸுரகணா
    தேவாய தஸ்மை நம: 9

குரு ப்ரம்மா குருவிஷ்ணு
குரு தேவோ மஹேஸ்வர:
குரு ஸாக்ஷாத் பரப்ரம்ம
தஸ்மை ஸ்ரீ குரவே நம:
கஜானனம் பூத கணாதிஸேவிதம்
கபித்த ஜம்புபலஸார பக்ஷிதம்
உமாசுதம் சோக விநாசகாரணம்
நமாமி விக்னேஸ்வரபாத பங்கஜம்

சிவானந்தாய விஷ்ணு ரூபாய
சிவானந்த ரூபாய விஷ்ணவே
நமோவை ப்ரம்ம நிதயே
சிவானந்தாய நமோ நம ;
ஓம் ....

பதினைந்தாம் அத்தியாயம்

(புருஷோத்தம யோகம்)

அத: பஞ்சதசோத்யாய:

ஸ்ரீபகவானுவாச —

ஊர்த்த்வ மூல மத : சாக
மச்வத்தம் ப்ராஹுரவ்யயம்
ச்சந்தாம்ஸி யஸ்ய பர்ணானி
யஸ்தம் வேத ஸ வேதவித் 1

அதஸ்-சோர்த்த்வம் ப்ரஸ்ருதாஸ்-தஸ்ய சாகா :
குண-ப்ரவ்ருத்தா விஷய-ப்ரவாலா :
அதஸ்ச மூலான்-யனுஸந்ததானி
கர்மானுபந்தீனி மனுஷ்யலோகே 2

ந ரூப- மஸ்யேஹ ததோபலப்யதே
நாந்தோ ந சாதிர் ந ச ஸம்ப்ரதிஷ்ட்டா
அச்வத்த-மேனம் ஸுவிரூடமூல-
மஸங்க-சஸ்த்ரேண த்ருடேன சித்வா 3

தத: பதம் தத் பரிமார்க்கிதவ்யம்
யஸ்மின் கதா ந நிவர்த்தந்தி பூய :
த்மேவ சாத்யம் புருஷம் ப்ரபத்யே
யத : ப்ரவ்ருத்தி : ப்ரஸ்ருதா புராணீ 4

நிர்மான-மோஹா ஜித-ஸங்க-தோஷா
அத்யாத்ம நித்யா விநிவ்ருத்த-காமா ;
த்வந்த்வைர்-விமுக்தா : ஸுகது :க்க ஸம்ஜ்ஞைர்-
கச்சந்த்-யமூடா; பத-மவ்யயம் தத் 5

ந தத்-பாஸயதே ஸுர்யோ
ந சசாங்கோ ந பாவக :

யத்-கத்வா ந நிவர்த்தந்தே
தத்-தாம பரமம் மம 6

மமைவாம்சோ ஜீவ-லோகே
ஜீவபூத : ஸநாதன :

மன : ஷஷ்டானீந்திரியாணி
ப்ரக்ருதி-ஸ்த்தானி கர்ஷதி 7

சரீரம் யதவாப்னோதி
யச்சாப் யுத்க்ராமதீச்வர :

க்ருஹீத்வைதானி ஸம்யாதி
வாயுர்-கந்தானிவாசயாத் 8

ச்ரோத்ரஞ் சக்ஷு : ஸ்பர்சனஞ்ச
ரஸனம் க்ராணமேவ ச

அதிஷ்ட்டாய மனஸ்சாயம்
விஷயானுபஸேவதே 9

உத்க்ராமந்தம் ஸ்திதம் வாபி
புஞ்ஜானம் வா குணன்விதம்

விமூடா நானுபச்யந்தி
பச்யந்தி ஜ்ஞானசக்ஷுஷ : 10

யதந்தோ யோகினஸ்சைனம்
பச்யந்த்யாத்மன் - யவஸ்த்திதம்

யதந்தோऽப்யக்ருதாத்மானோ
நைனம் பச்யந்த் - யசேதஸ : 11

யதாதித்ய - கதம் தேஜோ
ஜகத்-பாஸயதேகிலம்

யச் - சந்த்ரமஸி யச்சாக்னௌ
தத் - தேஜோவித்திமாமகம் 12

காமாவிச்ய ச பூதானி
தாரயாம்யஹ-மோஜஸா
புஷ்ணாமி செளஷதீ: ஸர்வா:
ஸோமோ பூத்வா ரஸாத்மக: 13

அஹம் வைச்வானரோ பூத்வா
ப்ராணினும் தேஹ-மாச்ரித:
ப்ராணுபான-ஸமாயுக்த:
பசாம்-யன்னஞ் சதுர்விதம் 14

ஸர்வஸ்ய சாஹம் ஹ்ருதி ஸந்நிவிஷ்டோ
மத்த: ஸ்ம்ருதிர் - ஜ்ஞான-மபோஹனஞ்ச
வேதைஸ்ச ஸர்வை-ரஹமேவ வேத்யோ
வேதாந்தக்ருத் வேதவிதேவ சாஹம் 15

த்வாவிமெள புருஷெள லோகே
க்ஷரஸ்-சாக்ஷர ஏவ ச
க்ஷர: ஸர்வானி பூதானி
கூடஸ்த்தோऽக்ஷர உச்யதே 16

உத்தம: புருஷஸ்த்-வன்ய:
பரமாத்மேத்-யுதாஹ்ருத:
யோ லோகத்ரய-மாவிச்ய
பிபர்த்-யவ்யய ஈச்வர: 17

யஸ்மாத் க்ஷர- மதீதோऽஹ
மக்ஷராதபி சோத்தம:
அதோஸ்மி லோகே வேதே ச
ப்ரதித: புருஷோத்தம: 18

யோ மாமேவ-மஸம்மூடோ
ஜானுதி புருஷோத்தமம்
ஸ ஸர்வவித்-பஜதி மாம்
ஸர்வபாவேன பாரத 19

இதி குஹ்யதமம் சாஸ்த்ர
மித முக்தம் மயானக
ஏதத்-புத்த்வா புத்திமான் ஸ்யாத்
க்ருதக்ருத்யஸ்ச பாரத 20

இதி ஸ்ரீமத் பகவத்கீதாஸூபநிஷத்ஸூ
ப்ரஹ்மவித்யாயாம்
யோகசாஸ்த்ரே ஸ்ரீக்ருஷ்ணார்ஜுன ஸம்வாதே
புருஷோத்தமயோகோ நாம
பஞ்சதசோऽத்த்யாய; !

கீதா ஆரதி

ஓம் ஜய பகவத்கீதே! ஜய பகவத்கீதே
ஹரி–ஹ்ரிய–கமல• விஹாரிணி ஸூந்தர ஸூபுநீதே
[ஓம் ஜய]

கர்ம-ஸூமர்ம–ப்ரகாசினி காமாஸக்திஹரா
தத்வஞான-விகாசினி வித்யா பிரஹ்ம பரா [ஓம் ஜய]

நிஸ்சல–பக்தி-விதாயினி நிர்மல மலஹாரீ
சரண-ரஹஸ்ய–ப்ரதாயினி சப விதிஸூககாரி
[ஓம் ஜய]

ராக-த்வேஷ-விதாரிணி காரிணி மோத ஸதா
பவ-பய-ஹாரிணி தாரிணி பரமாநந்தப்ரதா [ஓம் ஜய]

ஆஸூரபாவ விநாசினி நாசினி தம-ரஜனி
தைவீ சத்குண தாயிநி ஹரி-ரஸிகா ஸஜனீ [ஓம் ஜய]

ஸமதா, த்யாக ஸிகாவனி, ஹரி-முக கீ வாணி
ஸகல சாஸ்திர கீ ஸ்வாமினி ச்ருதியோம் கீ ராணி
[ஓம் ஜய]

தயா-சுதா பரஸவனி மாது க்ருபா கீஜை
ஹரி-பத-ப்ரேம தான் கர் அப்னே கர் லீஜை [ஓம் ஜய]

ஓம் ......

(இதன் பிறகு நற்சிந்தனைப் பகுதி)
(பத்து நிமிடங்கட்கு மிகாமல் ஞானம், பக்தி பற்றிய சொற்பொழிவு)

மந்திரங்கள் :

ஸ்ரீ ராம் ஜயராம் ஜய ஜய ராம்
ஸ்ரீ ராம் ஜயராம் ஜய ஜய ராம்
(10 தடவைகள்)

ஹரே ராம ஹரே ராம
ராம ராம ஹரே ஹரே
ஹரே கிருஷ்ண ஹரே கிருஷ்ண
கிருஷ்ண கிருஷ்ண ஹரே ஹரே
(10 தடவைகள்)

"ஓம் த்ரயம்பகம் யஜாமஹே ஸுகந்திம் புஷ்டி வர்த்தனம் உர்வாருகமிவ பந்தனாத் ம்ருத்யோர் முக்ஷீயமா ம்ருதாத்" (ம்ருத்யுஞ்ஜய மந்திரம்) (10 தடவைகள்)

[பொருள் :-

"நறுமணம் கமழ்கின்றவரும் உயிர்களைக் காத்துப் போஷிப்பவருமாக விளங்கும் முக்கண்ணப் பெருமானாகிய சிவபெருமானை நாம் வணங்குகிறோம். கொடியிலிருந்து வெள்ளரிப்பழம் விடுபடுவதைப் போன்று மரணத்திலிருந்து விடுவித்து மரணமிலாப் பெருவாழ்வை அவர் நமக்கு அளிப்பாராக"]

ஓம் . — . .

கண்களை மூடித்தியானம் (10 நிமிஷங்கள்)

ஆரத்தி

ஜய ஜய ஆரத்தி விக்ன விநாயக
விக்ன விநாயக ஸ்ரீ கணேச
ஜய ஜய ஆரத்தி சுப்ரம்மண்ய
சுப்ரம்மண்ய கார்த்திகேயா
ஜய ஜய ஆரத்தி வேணுகோபாலா
வேணுகோபாலா வேணுலோலா

பாப விதூரா நவநீத சோரா
ஜய ஜய ஆரத்தி வெங்கடரமண

வெங்கடரமண சங்கடஹரண
சீதாராமா ராதேசியாமா

ஜய ஜய ஆரத்தி கௌரி மனோஹர
கௌரி மனோஹர பவானி சங்கர

சாம்ப சதாசிவ உமாமஹேசுவர
ஜயஜய ஆரத்தி ராஜராஜேஸ்வரி

ராஜ ராஜேஸ்வரி திரிபுரசுந்தரி
மஹாலக்ஷ்மி மஹாசரஸ்வதி

மஹாகாளி மஹாசக்தி
ஜய ஜய ஆரத்தி ஆஞ்சனேய

ஆஞ்சனேய ஹனுமந்தா
ஜய ஜய ஆரத்தி தத்தாத்ரேய

தத்தாத்ரேய த்ரிமூர்த்தி அவதாரா
ஜய ஜய ஆரத்தி சனேச்வராய

சனேச்வராய பாஸ்கராய
ஜய ஜய ஆரத்தி சத்குருநாதா

சத்குருநாதா சிவானந்தா
ஜய ஜய ஆரத்தி வேணுகோபாலா

மங்களம்

சங்கராய சங்கராய சங்கராய மங்களம்
சங்கரீமனோஹராய சாசுவதாய மங்களம்
குருவராய மங்களம் தத்தாத்ரேய மங்களம்
கஜானனாய மங்களம் ஷடானனாய மங்களம்
ராஜாராம மங்களம் ராதேசியாம மங்களம்
சீதாராம மங்களம் வேணுகிருஷ்ண மங்களம்

ஆனந்த மங்களம் சிவானந்த மங்களம்
ஆனந்த மங்களம் சிவானந்த மங்களம்
சிவானந்த மங்களம் ஜய சிவானந்த மங்களம்
சிவானந்த மங்களம் ஜய சிவானந்த மங்களம்

ஓம்–ஸர்வேஷாம் ஸ்வஸ்திர் பவது
ஸர்வேஷாம் சாந்திர் பவது
ஸர்வேஷாம் பூர்ணம் பவது
ஸர்வேஷாம் மங்களம் பவது
ஸர்வே பவந்து ஸுகின:
ஸர்வே ஸந்து நிராமயா:
ஸர்வே பத்ராணி பச்யந்து
மா கஸ்சித் துக்கபாக்பவேத்.

அஸதோ மா ஸத்கமய
தமஸோ மா ஜ்யோதிர் கமய
ம்ருத்யோர் மா அம்ருதம் கமய

ஓம்—பூர்ணமத: பூர்ணமிதம்
பூர்ணாத் பூர்ண முதச்யதே
பூர்ணஸ்ய பூர்ணமாதாய
பூர்ணமேவா வசிஷ்யதே.

ஓம் சாந்தி சாந்தி சாந்தி:



சிவானந்தர் நூல் பயில் குழு

முதலாவது ஆண்டறிக்கை

'திவ்யஜோதி' ஸ்ரீசுவாமி சிவானந்தரின் இன்னருளால் சென்னை. திருத்தங்கல், திருநகரையடுத்து மதுரை அண்ணா நகர் ஸ்ரீ சர்வேஸ்வரர் ஆலயத்தில் [illegible] அன்று பிறந்த சிவானந்தர் நூல் பயில் குழு என்ற ஞானக்குழந்தை தளிர் நடை பயின்று, இன்று [illegible] நிறைவு விழாவினைக் கொண்டாடுகிறது.

ஸ்ரீ சிவானந்[illegible]டர் ஸ்ரீ [illegible]னந்தரின் ஆசியுடன், தியாகராசர் கல்லூரி முதல்வர் டாக்டர் சுப அண்ணாமலை இக்குழுவை துவக்கி வைத்தார் மதுரை-காமராஜர் பல்கலைக் கழக வடமொழித்துறை பேராசிரியர் டாக்டர் ஜி.சுந்தரமூர்த்தி சிறப்புரை ஆற்றினர்.

கடந்த ஓராண்டில் திரு பி. ராமமூர்த்தி அவர்கள் கீதையின் ஸ்லோகங்களைப் படித்து விளக்கி வருவதுடன் 'குருதேவரின் BLISS DIVINE என்ற நூலில் இருந்தும் கருத்துரைகள் வழங்கிவருவதுடன், அறிஞர் பெருமக்களைக் கொண்டும் பல அரிய சொற்பொழிவுகளை நடத்தியுள்ளோம். பெண்மணிகளும் பங்கேற்று உரையாற்றியிருக்கிறார்கள்.

குருதேவரின் லட்சியத்தைப் பரப்பும் விதத்தில் 27-7-84 அன்று மதுரைகோட்ஸ் அன்பர் ஸ்ரீ கே சுதர்சனின் அன்புக் காணிக்கையாக சிவானந்தரின் பாதகமலங்களில் சமர்ப்பிக்கப் பட்ட "குருதேவரின் வழி நடப்போம்" என்ற ஆங்கில மொழி சிறு நூலை டாக்டர் சுப. அண்ணாமலை வெளியிட்டுச் சிறப்புரையாற்றினர்.

செவ்வாய் தோறும் மாலை 6-30 மணி அளவில் ஸ்ரீசர்வேஸ்வரர் ஆலயத்தில் இக்குழு கூடி கடந்த ஓராண்டு காலமாக நடத்திவரும் வகுப்புக்களில் அன்பர்கள் பலர் பங்கு கொண்டு பயன் பெற்றுள்ளனர். எவ்வித சந்தாவும் இல்லாமல் நடத்தப்பட்டு வரும் இக்குழு பள்ளி மாணவ, மாணவியரின் அறிவுத்திறனை வளர்க்கவும் பல போட்டிகளை நடத்தி பரிசுகளையும், சான்றிதழ்களையும் வழங்கி ஊக்கியுள்ளது. இவ்வரிய ஆன்மீகத்தொண்டு, அறப்பணி தொடர்ந்து சிறக்க தங்களின் அன்பான ஒத்துழைப்பை நல்குவீர்களாக

அமைப்பாளர்,
சிவானந்தர் நூல் பயில் குழு
அண்ணாநகர், மதுரை 625 020

மதுரை
11-11-84

சிறப்புரைகள்

டாக்டர் சுப. அண்ணாமலை : "UNIVERSAL MAN"
(குருதேவர் பற்றிய சிறப்புரை)
டாக்டர் ந. ஜெயராமன் : கண்ணப்பர்
டாக்டர் ந. மாரியப்பன் : ஆழ்வார்களின் பக்திநெறி
டாக்டர் கோபாலன் சாஸ்திரி : மனம், வாக்தபஸ்
Prof எல். ஆர். கணேசன் : Theme. — 'Karma-Akarma'
" M.அருணகிரி: மெய்ப்பொருள் நாயனார். திருநாவுக்கரசர்
" வி. சூரியநாராயணன் : அகமும், புறமும்
" S. ரமணி : கீதை பிறந்தது எப்படி ?
" பிரணதார்த்திஹரன் : சௌந்தர்யலஹரி
" T. K நாராயணன் : நற்சிந்தனை, கீதைப்பேருரைகள்
ஸ்ரீமதி புஷ்பா அர்ஜுனன்: இந்து சமயத்தில் பெண்களின் பங்கு
" புவனசுந்தரி சுதர்ஸன் : சிவானந்தரின் அருள்நெறி
" ராஜம் மரகதம் : மாதர் நன்னடை நந்நோக்கு
ஸ்ரீசூட்சும புரீஸ்வரன் : வாழும் நெறி, சிவானந்தரும், ராமகிருஷ்ணரும்
கல்லுப்பட்டி எஸ். சீனிவாசன் : ஆன்மீகநெறி
புலவர் வை. ராமமூர்த்தி : குரு மகிமை
ஸ்ரீசிவகுருநாதன் : கண்ணனின் பெருமை, ஆசையின் விளைவு
நீதிபதி எஸ். ஜானகிராமன் : ஹிந்து தர்மம்
ஸ்ரீ டி. ஆர். கோபாலகிருஷ்ணன் : அமைதியே ஆனந்தம்
ஸ்ரீஎஸ் ராமச்சந்திரன் : பகவான் ஸ்ரீரமணரின் மகிமை
இலத்தூர்வசுதேவ கோவிந்தராஜன்: சிவானந்தரின்போதனை
சுவாமி யோகானந்தகிரி : இறைவனை அடைய இருவழிகள்
ஸ்ரீஏ. எஸ். சுப்பிரமணிய அய்யர் : குருபக்தி, மதுரைஜோதி, இமயஜோதி
ஸ்ரீஆர். கிருஷ்ணராஜன் : அருள்மொழி அண்ணல்
ஸ்ரீடி. கே. சேஷன் : Bliss Divine, இறைதத்துவம், Health and Happiness
மெடிக்கல் சுந்தரம் : சிவானந்தரின் அன்புநெறி
செல்வி கலா : குருமகிமை
சென்னை ஸ்ரீதர் : ஸ்ரீசர்வேஸ்வரர் மகிமை
ஸ்ரீஜி. ஆர். சுப்பிரமணியன் : குருதேவரின்சிந்தனைகள், Bliss Divine; அன்பு, அஹிம்ஸை, ஸ்ரீ கிருஷ்ணா, சத்சங்கம்